

Landesamt für Soziales und Versorgung
des Landes Brandenburg
Landesgesundheitsamt
Dezernat Infektionsschutz und
umweltbezogener Gesundheitsschutz

Merkblatt Influenza

1. Erreger

Die Influenza ist eine akute **hoch ansteckende Atemwegsinfektion**, die durch **Influenzaviren** übertragen wird.

Kurz vor Einsetzen der Krankheitszeichen ist die Ansteckungsfähigkeit am größten. Die Viren vermehren sich in den Zellen des gesamten Atemtraktes. Sie sind **labordiagnostisch nachweisbar** durch Virusisolierung, den genetischen Nachweis des Virus (PCR) oder den Antigennachweis (z. B. ELISA incl. Influenza-Schnelltest, Immunfluoreszenztest IFT).

2. Übertragung

Beim Husten oder Niesen werden die Viren über Schleimtröpfchen ausgestoßen und durch Tröpfcheninfektion, direkten Kontakt (z. B. Hände geben) oder Kontaktinfektion über Gegenstände, die mit solchen Tröpfchen „verunreinigt“ sind, weiter verbreitet. **Auf unbelebten Oberflächen können Viren in Abhängigkeit von der Temperatur mehrere Tage überleben.** Je mehr Menschen eng zusammen kommen (Menschenansammlung, kleine Räume), desto günstiger sind die Bedingungen für die Ausbreitung der Influenza. **Erkrankte sind 3 Tage bis ca. eine Woche ansteckungsfähig, Kinder sogar etwas länger!**

3. Erkrankung

Nach der Infektion treten innerhalb von 24 bis 48 Stunden die ersten Krankheitszeichen auf. Charakteristisch ist ein **plötzlicher** Beginn mit:

- hohem Fieber ($> 38^{\circ}\text{C}$)
- schwerem Krankheitsgefühl
- trockenem Husten, Halsschmerzen
- Muskel-, Glieder-, Rücken- oder Kopfschmerzen.

Die Krankheit dauert bei komplikationslosem Verlauf 5 bis 7 Tage.

Bei gesundheitlich beeinträchtigten Personen ist aufgrund der verminderten Abwehrfunktion das Risiko einer **bakteriellen Superinfektion** der durch das Influenza-Virus geschädigten Atemwegsschleimhaut besonders hoch, was für den weiteren Krankheitsverlauf entscheidend sein kann. Neben der Lungenentzündung (Pneumonie) sind Erkrankungen am **Herzen** (Myokarditis, Perikarditis) oder am **zentralen Nervensystem** (Enzephalomyelitis) als Komplikationen gefürchtet.

Auf der **nördlichen Halbkugel** treten **saisonale Influenzahäufungen** von **Oktober bis April** auf. In **tropischen Regionen** sind **Influenzainfektionen ganzjährig** möglich. Deshalb ist bei Reisenden mit akuten Atemwegserkrankungen differentialdiagnostisch auch an eine Influenza zu denken.

4. Behandlung

Antibiotika haben gegen Viren keine Wirkung und sind somit auch gegen Influenza nicht wirksam. Ärzte verschreiben trotzdem manchmal bei Virusinfektionen Antibiotika, um zusätzliche bakterielle Infektionen der durch das Virus geschädigten Schleimhäute zu verhindern.

Für die **Therapie der Influenza** stehen in Deutschland die Neuraminidase-Hemmer Zanamivir (**Relenza®**) und Oseltamivir (**Tamiflu®**) zur Verfügung. **Die Therapie sollte innerhalb von 48 Stunden nach Auftreten der ersten Krankheitszeichen beginnen.** Die Notwendigkeit, frühzeitig mit der Behandlung zu beginnen, macht eine schnelle diagnostische Abklärung erforderlich. Zur Abgrenzung von anderen Atemwegserkrankungen steht ein **Schnelltest für Influenza A und B** (Nasen-Rachen-Abstrich) zur Verfügung.

Generell gilt beim Auftreten von Infektzeichen:

- Bettruhe einhalten,
- körperliche Belastung vermeiden,
- Kontakt zu nicht erkrankten Personen auf das Nötigste reduzieren,
- viel Flüssigkeit trinken.

Die aus anderen Gründen vom Arzt verordneten Medikamente sind in der gewohnten Art und Weise weiter einzunehmen.

Wenn sich trotz der empfohlenen Maßnahmen die Zeichen einer Influenza verstärken oder eines der nachfolgenden Kriterien zutrifft, ist der **behandelnde Hausarzt zu verständigen oder, sollte dieser nicht erreichbar sein, die nächste Klinik:**

- Schwangerschaft
- Alter über 60 Jahre (≥ 60 J.)
- Einnahme von Arzneimitteln, die das Abwehrsystem beeinflussen (z. B. Cortison)
- Chemotherapie
- Diabetes mellitus, Herzkrankheit, chronische Erkrankung der Atmungsorgane (z. B. Asthma, Emphysem, chronisch obstruktive Bronchitis), Organtransplantation oder eine andere schwere Krankheit.

Dringende Gründe, bei einer Influenza-Infektion einen Arzt hinzuzuziehen bzw. die nächste Klinik aufzusuchen, sind auch:

- Ausschlag
- extreme Müdigkeit (Schläfrigkeit)
- Verschlechterung des Zustandes
- Kurzatmigkeit

- stechende Schmerzen in der Brust beim tiefen Einatmen
- Blutungen der Haut oder der Schleimhäute

Schutzmaßnahmen:

Folgende einfache Hygieneregeln im täglichen Umgang sollten beachtet werden:

- Händegeben sowie Anhusten oder Anniesen anderer Personen sollten vermieden werden.
- Nach Husten, Niesen und dem Naseputzen ist eine hygienische Händedesinfektion, zumindest aber eine Händewaschung, durchzuführen.
- Nach Möglichkeit sollten Einmaltaschentücher verwendet werden, die in einer flüssigkeitsdichten Plastiktüte gesammelt und hinterher verschlossen in den Hausmüll entsorgt werden.
- Ein unnötiges Berühren von Augen, Nase oder Mund sollte vermeiden werden, da in diesen Schleimhautbereichen vermehrt Viren nachweisbar sind.
- Nach Personenkontakt (Händegeben), Benutzung von Sanitäreinrichtungen und vor dem Essen sind die Hände gründlich zu waschen und ggf. zu desinfizieren. Um eine Austrocknung der Haut zu vermeiden, ist auf eine ausreichende Hautpflege zu achten.
- Räume sollten regelmäßige intensiv belüftet werden.
- Der Kontakt zu möglichen erkrankten Personen ist zu vermeiden.
- Besonders zum Schutz von Säuglingen, Kindern, Personen mit chronischen Krankheiten, Krebspatienten und anderen Personen mit geschwächter Abwehrfunktion sollte eine Absonderung erkrankter Personen zumindest für die Dauer der Krankheit (ca. eine Woche) erfolgen und ist im Einzelfall mit dem behandelnden Arzt abzusprechen.
- In Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen sollte die Häufigkeit der Besuche während der Ansteckungsfähigkeit des Erkrankten reduziert werden (Rücksprache mit der Stations- bzw. Heimleitung).
- Auf den Besuch von Theater, Kino, Diskothek, Märkten, Kaufhäusern oder anderer Menschenansammlungen sollte während der Zeit der Ansteckungsfähigkeit verzichtet werden.

5. Schutzimpfung

Von der **Ständigen Impfkommission (STIKO)** wird zum Schutz vor der Influenza eine jährliche **Impfung empfohlen**. Sie ist die wirksamste Maßnahme, eine Erkrankung zu verhindern.

Da die Influenza-Viren eine laufende Veränderung (Drift) ihrer Oberflächenantigene erfahren, ist eine Anpassung an die aktuelle epidemiologische Lage (Driftvariante) notwendig. Die Zusammensetzung des Impfstoffes mit den typischen Oberflächenantigenen des Virus beruht auf den jährlichen Empfehlungen der WHO. In der Regel sind 3 Virustypen im Impfstoff enthalten.

Da es sich um einen Totimpfstoff handelt, können sich die Viren **nicht** im Körper des Impflings vermehren und damit **nicht** zu einer so genannten „**Impfgrippe**“ führen.

Die Impfung wird von der STIKO für Personen > 60 Jahre, Immunsupprimierte, Bewohner von Alten- und Pflegeheimen sowie für medizinisches Personal empfohlen. Im Land Brandenburg gilt eine uneingeschränkte Empfehlung für die Gripeschutzimpfung.

Nicht gegen Grippe geimpft werden dürfen Personen mit bekannter Überempfindlichkeit gegen Impfstoff-Bestandteile (z. B. Hühner-Eiweiß). Bei akuten fieberhaften Infektionen sollte frühestens 2 Wochen nach der Genesung geimpft werden.

Kontakt: Dr. M. Seewald Tel. 033702-71150
Fax 033702-71199
margret.seewald@lga.brandenburg.de